



新年初レッスン!

1月3日(月)

スタジオ プログラム

ZUMBA (定員21名)	10:15~ 10:45/30分	大友
パワーヨガ (定員21名)	11:15~ 11:45/30分	大江
ステップ (定員21名)	12:15~ 12:45/30分	上野
MBP (定員19名)	13:15~ 13:45/30分	阿部(雄)

プール プログラム

アクアビクス (定員無し)	14:00~ 14:30/30分	小笠原
-------------------------	---------------------	-----

